Die praktische Seite

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **52 (1995)**

Heft 4: **Chinesische Medizin um Aufwind**

PDF erstellt am: **27.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

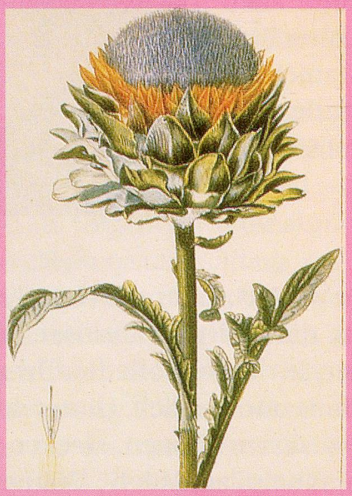
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Heilt und schmeckt: Die Artischocke

Die Artischocke ist ein distelähnliches Gewächs aus der Familie der Korbblütler. Die mediterrane Pflanze wird bis zu zwei Meter hoch und hat große, violette Blütenstände. Sie wächst nicht wild, sondern ist eine der ältesten Kulturpflanzen. Aus ihrer nordafrikanischen Heimat kam sie im 16. Jahrhundert zunächst nach Italien, später nach Frankreich, Griechenland und Spanien. Früher galt sie als Luxusspeise der Reichen, in den letzten Jahrzehnten ist sie immer populärer geworden und wird von vielen als Salat- oder Gemüsedelikatesse geschätzt. Meist wird die Artischocke zweimal im Jahr vor der Blüte geerntet. Die eßbaren Teile sind der fleischige Blütenboden und die zarten Enden der schuppenartig angeordneten Blütenhüllblätter. Der eigentliche Aufschwung von *Cynara scolymus* als Arzneipflanze erfolgte zu Beginn des Jahrhunderts. In der Naturheilkunde finden nicht die eßbaren Teile Verwendung, sondern die Blätter und Wurzeln. Die darin enthaltenen Bitterstoffe regen die Bildung von Magensaft an, bewirken eine Abnahme von Übelkeit, Völlegefühl und Brechreiz. Das aus den Blättern extrahierte *Cynarin* fördert die Gallenproduktion und soll den Abbau des giftigen Ammoniaks durch die Leber und sogar die Regeneration von Lebergewebe begünstigen. Die Artischocke hat cholesterinsenkende und leicht harntreibende Wirkung. Boldocynara N von A.Vogel, das u.a. Artischockenextrakt enthält, ist ein biologisches Frischpflanzen-Präparat in Form von Tropfen, das sich bei der Behandlung von Leber- und Gallestörungen bewährt hat.



Gut zu wissen:

Kurse, Seminare:

7./8.4. Gwatt-Zentrum am Thunersee: Bach-Blüten anwenden lernen. *Tel. CH 041/61 02 32*

22.4. Genève: Développement de la force intérieure. *Info: R. Weibel, Tel. CH 022/753 64 36*

23.4. Genf: Einführung in die Behandlung der Übersäuerung und Verschlackung. Intensivseminar. *Info: R. Weibel, Tel. CH 022/753 19 05*

30.4. Genève: L'activation de la main guérisseuse. Séminaire intensif. *Info: R. Weibel, Tel. CH 022/753 19 05*

24.–26.5. Interlaken: Neue Therapien mit Bach-Blüten. Seminar mit Dietmar Krämer. *Info: Tantra-Galerie, CH-3800 Interlaken, Tel. CH 036/22 74 14*

29.4. Adliswil: Die Medizin der Chinesen. Referat von Dr. med. Carl H. Hempen, 19 Uhr, «Haus zur Brugg».

Reisen:

7.–13.5. Trin-Digg: Fasten. *Info: G. Lohner, CH-7432 Zillis, Tel. CH 052/242 87 35*

13.–20.5. Appenzellerland: Ganzheitliches Fasten. *Info: U. Schenkel (ASTE), CH-8707 Uetikon, Tel. CH 01/920 14 44*

20.–27.5. Wildhaus SG: Fastenwandern. *Info: Regi Meier-Brugger, CH-9006 St.Gallen, Tel. CH 071/25 52 02*

Messe:

18.–20.5. Gießen: 7. UGB-Kongreß über Vollwert-Ernährung / Fachtagung Ernährungstherapie. *Auskunft: UGB, Keplerstraße 1, D-35390 Gießen, Tel. D 0641/7 77 85*

Apropos China

Auf einem Feld beim Yangtsekiang